



## Instrucciones

- Esparza los artículos del hogar que pueda balancear alrededor de la habitación (cajas, cojines, sillas, etc.).
- Alguien de la familia se encarga de iniciar y detener la música.
- Cuando la música comience, muévase por la habitación como quiera.
- Cuando la música se detenga, encuentre el objeto más cercano y mantenga el equilibrio en esa superficie con los dos pies durante treinta segundos.
- Cada miembro de la familia cuenta cuántas veces pierde el equilibrio en los treinta segundos (cuando los dos pies terminan en el suelo)
- Intente balancearse sobre un pie para hacerlo más difícil.

## La seguridad

- Use una área segura y seca.